

A TANTÁRGY ADATLAPJA

1. A képzési program adatai

1.1 Felsőoktatási intézmény	BABES-BOLYAI TUDOMÁNYEGYETEM
1.2 Kar	TESTNEVELÉS ÉS SPORT KAR
1.3 Intézet	ELMELETI TANTARGYAK ES KINETOTERAPIA
1.4 Szakterület	TESTNEVELÉS ÉS SPORT
1.5 Képzési szint	ALLAMVIZSGA
1.6 Szak / Képesítés	KINETOTERAPIA ES SPECIALIS MOTORIKUSSAG GYOGYTORNASZ

2. A tantárgy adatai

2.1 A tantárgy neve	GYOGYUSZAS						
2.2 Az előadásért felelős tanár neve	Lect.univ.dr. BALOGA ISTVAN						
2.3 A szemináriumért felelős tanár neve	Lect.univ.dr. BALOGA ISTVAN						
2.4 Tanulmányi év	III	2.5 Félév	VI	2.6. Értékelés módja	E	2.7 Tantárgy típusa	DL

3. Teljes becsült idő (az oktatási tevékenység féléves óraszama)

3.1 Heti óraszám	4	melyből: 3.2 előadás	2	3.3 szeminárium/labor	2
3.4 Tantervben szereplő össz-óraszám	56	melyből: 3.5 előadás	28	3.6 szeminárium/labor	28
A tanulmányi idő elosztása:					óra
A tankönyv, a jegyzet, a szakirodalom vagy saját jegyzetek tanulmányozása					28
Könyvtárban, elektronikus adatbázisokban vagy terepen való további tájékozódás					12
Szemináriumok / laborok, házi feladatok, portofóliók, referátumok, esszék kidolgozása					14
Egyéni készségfejlesztés (tutorálás)					8
Vizsgák					2
Más tevékenységek:					2
3.7 Egyéni munka össz-óraszama	66				
3.8 A félév össz-óraszama	56				
3.9 Kreditszám	6				

4. Előfeltételek (ha vannak)

4.1 Tantervi	<ul style="list-style-type: none"> Nem esedékes
4.2 Kompetenciabeli	<ul style="list-style-type: none"> Nem esedékes

5. Feltételek (ha vannak)

5.1 Az előadás lebonyolításának feltételei	<ul style="list-style-type: none"> • Videóprojektorral ellátott előadóterem
5.2 A szeminárium / labor lebonyolításának feltételei	<ul style="list-style-type: none"> • 50 méteres, 8 sávos fedett uszomedence és 15 méteres gyógyuszasra megfelelő fedett uszomedence.

6. Elsajátítandó jellemző kompetenciák

Szakmai kompetenciák	<ul style="list-style-type: none"> • C 4. A megelőző, kezelő vagy rehabilitációs beavatkozási gyógytornaterv megváltása. • C 5. A beavatkozási gyógytorna módszereinek és technikáinak használata.
Transzverzális kompetenciák	<ul style="list-style-type: none"> •

7. A tantárgy célkitűzései (az elsajátítandó jellemző kompetenciák alapján)

7.1 A tantárgy általános célkitűzése	<ul style="list-style-type: none"> • Az úszás és gyógyuszas elméleti és gyakorlati ismereteinek elsajátítása, legfontosabb elemeinek megtanulása és sajátos technikai eszközeinek rögzítése.
7.2 A tantárgy sajátos célkitűzései	<ul style="list-style-type: none"> • A gyógyuszasban alkalmazott alapvető eljárások, valamint az alapvető gyakorlati tevékenységek megismerése és technikai elsajátítása. • A uszasnemek elemzése, törvények, elvek. • A gyógyuszasban használt szakkifejezések elsajátítása.

8. A tantárgy tartalma

8.1 Előadás	Didaktikai módszerek	Megjegyzések
Bevezető kurzus, általános meghatározások.	Interaktív kurzus	2 óra
Az úszás technikájában érvényesülő fizikai és biomechanikai elvek.	Interaktív kurzus	4 óra
Hidrotermoterápia.	Interaktív kurzus	2 óra
A gyógyuszasban alkalmazott alapvető eljárások.	Interaktív kurzus	4 óra
A gyógytormasz szerepe a hidrokinetoterapiában.	Interaktív kurzus	4 óra
A Halliwick módszer.	Interaktív kurzus	2 óra
A Bad-Ragaz módszer.	Interaktív kurzus	2 óra
Az Ai Chi és Watsu módszer.	Interaktív kurzus	4 óra
Úszás terhesseg alatt és baba úszás.	Interaktív kurzus	4 óra
		Összesen: 28 óra
<p>Könyvészet:</p> <ol style="list-style-type: none"> Bíltac G., Rusu L. – (2008). <i>Hidrokinetoterápia.</i> Craiova:Universitaria. Davis, B.C., Harrison, R.A. – (1998). <i>Hydrotherapy in practice.</i> New York:Churchill Livingstone. Duma E. – (1997). <i>Deficiențele de dezvoltare fizică.</i> Cluj-Napoca:Argonaut. Gamper, U.N. – (1995). <i>Wasserspezifische Bewegungstherapie und Training.</i> Stuttgart, Jena, New York:Gustav Fischer. Hay, J. – (1993). <i>The Biomechanics of Sport Techniques – 4th edition.</i> Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall. Somogyiné Kuti Ilona- (1998) <i>Gyógyuszas,</i> Flaccus Kiado KFT, Budapest. Szatmary L., Pop N.H., Zamora E. – (2005). <i>Elemente de hidrokinetoterapie și înot terapeutic.</i> Cluj-Napoca:Risoprint. Tóth, Á., Az úszás tankönyve, Dabasi nyomda Zrt., Budapest, 2008. 		
8.2 Szeminárium / Labor	Didaktikai módszerek	Megjegyzések
1. A négy úszásnem technikájának ismétlése.	Magyarázat, bemutatás	2 óra
2. Kifoózis.	Magyarázat, bemutatás	2 óra

3. C-szkoliozis.	Magyarázat, bemutatás	2 óra
4. Agyeki lordozis.	Magyarázat, bemutatás	2 óra
5. Porckorong serv.	Magyarázat, bemutatás	2 óra
6. Sprengel fele deformitas.	Magyarázat, bemutatás	2 óra
7. Csipoficam.	Magyarázat, bemutatás	2 óra
8. Tolcser mell es tyuk mell.	Magyarázat, bemutatás	2 óra
9. Ferdenyak.	Magyarázat, bemutatás	2 óra
10. Ludtalp.	Magyarázat, bemutatás	2 óra
11. X-lab es O-lab.	Magyarázat, bemutatás	2 óra
12. Elhizottak gyogyuszasa.	Magyarázat, bemutatás	2 óra
13. Magas vernyomas.	Magyarázat, bemutatás	2 óra
14. Myopia.	Magyarázat, bemutatás	2 óra
		Összesen: 28 óra

Könyvészet:

1. **Bîltac G., Rusu L. – (2008).** *Hidrokinetoterapia.* Craiova:Universitaria.
2. **Davis, B.C., Harrison, R.A. – (1998).** *Hydrotherapy in practice.* New York:Churchill Livingstone.
3. **Duma E. – (1997).** *Deficiențele de dezvoltare fizică.* Cluj-Napoca:Argonaut.
4. **Gamper, U.N. – (1995).** *Wasserspezifische Bewegungstherapie und Trening.* Stuttgart, Jena, New York:Gustav Fischer.
5. **Hay, J. – (1993).** *The Biomechanics of Sport Techniques – 4th edition.* Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
6. **Somogyine Kuti Ilona- (1998)** *Gyogyuszas,* Flaccus Kiado KFT, Budapest.
7. **Szatmary L., Pop N.H., Zamora E. – (2005).** *Elemente de hidrokinetoterapie și înot terapeutice.* Cluj-Napoca:Risoprint.
8. **Tóth, Á., Az úszás tankönyve,** Dabasi nyomda Zrt., Budapest, 2008.

9. Az episztemikus közösségek képviselői, a szakmai egyesületek és a szakterület reprezentatív munkáltatói elvárásainak összhangba hozása a tantárgy tartalmával.

A tantárgy tartalma megerositi a közösség képviselőinek elvárásait, (Tanfelügyelőség, Gyogytornaszok Szovetsege, Kozpontok, Iskolák) betartva a liceumi programok követelményeit.

10. Értékelés

Tevékenység típusa	10.1 Értékelési kritériumok	10.2 Értékelési módszerek	10.3 Aránya a végső jegyben
10.4 Előadás	A gyógyászás specifikus fogalmainak megmagyarázása	Írásbeli felmérés	40 %
10.5 Szeminárium / Labor	Gogyuszasra alapozott lecketerv elsajatitasa es bemutatasa	Gyakorlati felmérés	30 %
	A technikai elemek és eljárások helyes végrehajtása gyakorlatban	Gyakorlati felmérés	30 %
10.6 A teljesítmény minimumkövetelményei			
<ul style="list-style-type: none"> Az oktatási-nevelési célkitűzések és a program által előirt gyakorlatok eszköztárának ismerete és alkalmazása. 			

Előadás felelőse

Szeminárium felelős

Lect.univ.dr. Baloga Istvan

Tagozatvezető

dr. Boros-Balint Iuliana, dcoens